



ELECTRONIC THESIS AND DISSERTATION UNSYIAH

TITLE

EVALUASI KEMAMPUAN FISIK DOMINAN DAN TEHNIK DASAR BERMAIN SEPAK BOLA PADA CLUB POSKA TAHUN 2015

ABSTRACT

Kata kunci : evaluasi, fisik dominan dan teknik dasar sepakbola

Penelitian yang berjudul “Evaluasi Kemampuan Fisik Dominan Dan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Pada Club POSKA Tahun 2015”. Permainan sepakbola merupakan salah satu olahraga yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Faktor kondisi fisik dominan sangat mempengaruhi keterampilan teknik dasar bermain sepakbola. Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu bagaimanakah kemampuan fisik dominan dan teknik dasar bermain sepakbola pada Club POSKA Tahun 2015. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan fisik dominan dan teknik dasar bermain sepakbola pada Club POSKA Tahun 2015. Penelitian ini tergolong pada jenis penelitian evaluasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola Club POSKA Tahun 2015 yang berjumlah 18 orang pemain. Sampel sebanyak 18 orang pemain diperoleh dengan teknik total sampling atau total populasi, artinya semua jumlah populasi menjadi sampel penelitian. Teknik pengumpulan data; (1) Fisik dominan terdiri dari tes power otot tungkai (vertical jump), kecepatan (lari 50 meter), kelincuhan (Illinois Agility Run Test), daya tahan (lari 12 menit). (2) Keterampilan terknik dasar terdiri dari tes heading, passing and stopping, dribbling, dan shooting. Data dianalisis menggunakan statistik sederhana dalam bentuk analisis rata-rata dan analisis nilai persentase. Hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa kemampuan fisik dominan pemain sepakbola Club POSKA Tahun 2015 sebagai berikut: 1) Kemampuan power otot tungkai berada pada kategori Kurang, diperoleh 7 pemain dari 18 pemain (38,89 %), 2) Kemampuan kecepatan lari 50 meter berada pada kategori Baik, diperoleh 6 pemain dari 18 pemain (33,33%), 3) Kemampuan kelincuhan berada pada kategori Cukup, diperoleh 6 pemain dari 18 pemain (33,33%), 4) Kemampuan daya tahan jantung paru berada pada kategori Sedang, diperoleh 9 pemain dari 18 pemain (50,00%). Selanjutnya dapat dijelaskan bahwa keterampilan teknik dasar bermain sepakbola Club POSKA Tahun 2015 berada pada kategori Baik, diperoleh 17 pemain dari 18 pemain (94,44%). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa (1) Kemampuan fisik dominan pemain sepakbola Club POSKA Tahun 2015 sebagai berikut: a) Kemampuan power otot kurang, b) Kemampuan kecepatan lari 50 meter Baik, c) Kemampuan kelincuhan Cukup, dan d) Kemampuan daya tahan jantung paru Sedang. (2) Keterampilan teknik dasar bermain sepakbola pada Club POSKA Tahun 2015 adalah Baik.